

活動報告

世田谷区柔道接骨師会による地域支援活動の取り組み

世田谷区柔道接骨師会

副会長 佐藤 和伸

はじめに

柔道整復というとあまり馴染みのない名称と思われるが、いわゆる町の接骨院でその歴史は古く、戦国時代にさかのぼる。その中で誕生したのが殺法と活法で殺法は現在の講道館柔道、活法は柔道整復術へ発展した日本の伝統医療である。

現代の柔道整復師は、急性及び亜急性での骨折・脱臼・捻挫・打撲・挫傷をその伝統技術の中で保存療法を採求し施術を行っている。

社団法人東京都柔道接骨師会は地域ごとに29の支部があり、そのうちの1支部である世田谷区柔道接骨師会は総勢111名の会員で構成されている。「柔道整復術の高揚、学問、技術の進歩発達と公衆保険の向上進展に寄与し、もって、社会福祉の増進を図ること」を目的として、他の28支部と共に、日々邁進しているところである。

1. スポーツ大会及び介護予防での問題点

国内に於いてスポーツ活動は広く推奨され、世田谷区内に於いても盛んに開催されているが、一つ問題点が見られる。先進国に於いてはスポーツの現場では必ず医療救急にたけたトレーナー等が付いて安全に大会が行われるよう見守られているが、区内の殆どの大会では開催者が運営を管理しているのみで、緊急時の対応がとられていない。

また、介護予防でも高齢者の運動器の機能向上が介護予防に大変重要であることは、知られているが、集団で行う漫然とした体操ではその効果は低く、高齢者の多種多様な運動器疾患にあった機能訓練が介護予防につながるものであり、身体の機能・構造を知る者の機能訓練が大変重要となる。

そこで、世田谷区柔道接骨師会では、次章に記載する様々な社会福祉活動を通じて、安全なスポーツ大会の開催や、適切な介護予防のための支援等を行っている。

2. 社会福祉活動について

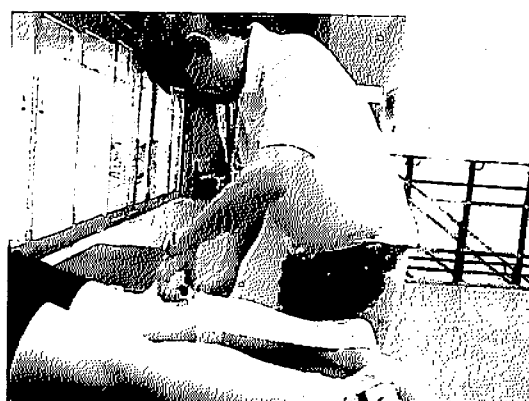
2.1 スポーツ大会救護活動

世田谷区246ハーフマラソンをはじめ、各種マラソン大会では、実行委員会より要請を受け、医師・看護師と協力して救護班としてランナーの救護活動を行っているとともに、ランナーブースでは、地元事業者と協力してテーピングの



指導を中心としたランナーのケアを実施している。

また、中体連、高体連、世田谷区柔道会主催の各種柔道大会では、大会役員や救護班として参加している。さらに世田谷区立小学校 PTA 連合協議会主催のレディースバレーボール大会や若林・三軒茶屋地域交流子ども駅伝等、様々なスポーツ大会において、救護活動を行っている。このような区民が参加する各種スポーツ大会において、緊急時に備えた救護体制をとることで、参加者が安心してスポーツを楽しむことができるよう、活動を続けている。



2.2 介護予防事業（体操教室）

介護予防の分野では地域支援事業を行っている。現在は、用賀地区、北沢地区、若林地地区の3ヶ所で体操教室を実施しており、機能訓練指導員として利用者の方々と健康体操を行っている。体操のプログラムは、効果と安全性を両立させたオリジナルのプログラムを用意しており、気軽に楽しみながら体操を行うことで、「運動する」という習慣を身につけてもらっている。また体操教室では、毎回健康講座をあわせて実施することで、体操だけではなく、健康に関する知識も深めてもらっている。1回1時間半の体操教室のメニューは日によって異なるが、一例をあげると下記のとおりである。

到着した方からバイタルチェック

- 1時30分 挨拶・本日のメニューの紹介
- 1時40分 ストレッチ運動
- 2時05分 気分を変えて頭の体操（いわゆる脳トレ）
- 2時10分 休憩（水分補給は忘れずに！）
- 2時20分 ミニ健康講座（体操だけじゃない！）
- 2時25分 筋力アップ運動
- 2時45分 ボールを使った運動開始（意外と楽しい）
- 2時50分 体操終了、バイタルチェック
- 3時00分 お別れの言葉・宿題発表（お疲れ様さま）



2.3 その他の地域活動について

、上記の地域活動のほかにも、地域の中で、世田谷区柔道接骨師会が出来る取り組みを実施している。例えば、往療時には自転車やオートバイに防犯のステッカーを貼付して区内をまわることで、区内の防犯活動を行っている。また、世田谷区スポーツまつりや船橋ふれあいまつりでは、超音波測定器を用いた骨年齢測定を行い、来場した区民の皆様に変好評をいただいた。これらの1年間を通した世田谷区柔道接骨師会の活動については、本稿末に年間のスケジュールを掲載したので、参照されたい。



まとめ

現在の活動は、ここ5・6年の地区内執行部で会員が一丸となり進められてきた。しかし、ボランティア参加が殆どで営業を休んでの参加等もある為、会員への負担は大きい。しかし地域の方からの感謝の言葉でこの活動は維持されてきた。今後、会員のモチベーションの維持や向上で世田谷区民の安全と健康に寄与する為には、行政の理解とバックアップがより必要になると考える。

私たち世田谷区柔道接骨師会は引き続きこれらの活動を拡充していきたいと考えている。

参考

平成21年度地域支援活動スケジュール

日時	活動	場所等
3月		
22日	東京マラソン 救護	東京都
4月		
3日	介護予防講習	宮坂地区会館
14日	世田谷区本庁舎整備審議会	世田谷区役所
15日	介護予防事業事前評価	北沢八幡神社
19日	柔道関東大会予選救護	国士舘大学
21日	介護予防事業事前評価	日体柔道整復専門学校
22日	第2回介護支援事業（体操教室）	北沢八幡神社
23日	はつらっ介護予防教室	若林まちづくり出張所
28日	第2回介護予防事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
5月		
9日	世田谷区柔道選手強化練習 救護	日体柔道整復専門学校
12日	第3回介護支援事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
13日	第3回介護支援事業（体操教室）	北沢八幡神社
14日	はつらっ介護予防教室	若林まちづくり出張所
19日	第4回介護支援事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
19日	世田谷区本庁舎整備審議会	世田谷区役所
20日	介護予防事業（体操教室）	北沢八幡神社
26日	介護予防事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
27日	介護予防事業（体操教室）	北沢八幡神社
28日	はつらっ介護予防教室	若林まちづくり出張所
6月		
2日	介護支援事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
3日	第3回介護支援事業（体操教室）	北沢八幡神社
6日	家庭婦人バレーボール大会救護	世田谷区総合運動場
9日	介護予防事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
10日	介護予防事業（体操教室）	北沢八幡神社
11日	はつらっ介護予防教室	若林まちづくり出張所
14日	世田谷区小学校PTAバレーボール大会救護	ブロック
16日	世田谷区本庁舎整備審議会	世田谷区役所
16日	介護予防事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
17日	介護予防事業（体操教室）	北沢八幡神社
20日	第2ブロック総合体育大会柔道競技救護	国士舘
21日	第1ブロック総合体育大会柔道競技救護	国士舘
23日	介護予防事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
24日	介護予防事業（体操教室）	北沢八幡神社
25日	はつらっ介護予防教室	若林まちづくり出張所
7月		
7日	介護予防事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
7日	世田谷区本庁舎整備審議会	世田谷区役所
8日	介護予防事業（体操教室）	北沢八幡神社
12日	都柔接柔道大会救護	講道館
14日	介護予防事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
15日	介護予防事業（体操教室）	北沢八幡神社
21日	介護予防事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
22日	介護予防事業（体操教室）	北沢八幡神社
23日	はつらっ介護予防教室	若林まちづくり出張所
28日	介護予防事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
29日	介護予防事業（体操教室）	北沢八幡神社
8月		
4日	世田谷区本庁舎整備審議会	世田谷区役所
9月		
6日	世田谷少年柔道大会 救護	国士舘
8日	介護予防事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校
9日	介護予防事業（体操教室）	北沢八幡神社
10日	はつらっ介護予防教室	若林まちづくり出張所
15日	介護予防事業（体操教室）	日体柔道整復専門学校

16日	介護予防事業 (体操教室)	北沢八幡神社
17日	はつらつ介護予防教室	若林まちづくり出張所
25日	救護テーピング講習会	代田区民センター
27日	高体連柔道大会 救護	国土館
29日	介護予防事業 (体操教室)	日体柔道整復専門学校
30日	介護予防事業 (体操教室)	北沢八幡神社
10月		
2日	救護テーピング講習会	代田区民センター
4日	世田谷中学校新人柔道大会 救護	国土館
4日	介護予防事業 (体操教室)	日体柔道整復専門学校
5日	介護予防事業 (体操教室)	北沢八幡神社
12日	日整全国柔道大会 救護	講道館
13日	介護予防事業 (体操教室)	日体柔道整復専門学校
14日	介護予防事業 (体操教室)	北沢八幡神社
18日	世田谷区区民スポーツ祭り	世田谷区総合運動場
18日	世小Pブロックバレーボール 救護	給田小学校
20日	介護予防事業 (体操教室)	日体柔道整復専門学校
21日	介護予防事業 (体操教室)	北沢八幡神社
27日	介護予防事業 (体操教室)	日体柔道整復専門学校
28日	介護予防事業 (体操教室)	北沢八幡神社
11月		
1日	世小Pバレーボール救護	区内小学校
8日	世田谷246ハーフマラソン 救護	駒沢公園
8日	防災アクセツ会議	本部3階
10日	介護予防事業 (体操教室)	日体柔道整復専門学校
11日	介護予防事業 (体操教室)	北沢八幡神社
17日	介護予防事業 (体操教室)	日体柔道整復専門学校
18日	介護予防事業 (体操教室)	北沢八幡神社
22日	世田谷支部新人戦柔道大会 救護	国土館
24日	介護予防事業 (体操教室)	日体柔道整復専門学校
25日	介護予防事業 (体操教室)	北沢八幡神社
12月		
5日	世小Pバレー決勝 救護	世田谷区総合運動場
6日	若林子どもマラソン 救護	若林地区
8日	介護予防事業 (体操教室)	日体柔道整復専門学校
9日	介護予防事業 (体操教室)	北沢八幡神社
15日	介護予防事業 (体操教室)	日体柔道整復専門学校
16日	介護予防事業 (体操教室)	北沢八幡神社

※平成21年12月16日時点